

Les 10 compétences

Savoir résoudre les problèmes /
Savoir prendre les décisions

Avoir une pensée créative /
Avoir une pensée critique

Savoir communiquer efficacement /
Être habile dans les relations
interpersonnelles

Avoir conscience de soi /
Avoir de l'empathie pour les autres

Savoir gérer son stress /
Savoir gérer ses émotions



Les compétences psychosociales

Santé Bien-être

Climat scolaire

Vivre ensemble

Réussite

Estime de soi

Compréhension Expression

Amitié Coopération

Écoute

Conflicts

Choix

Solutions

Décryptage

Influences

Dirige non

Préjugés

Savoir RÉSOLVRE
LES PROBLÈMES

Savoir PRENDRE DES
DÉCISIONS

Avoir
une PENSÉE
CRÉATIVE

Avoir
une PENSÉE
CRITIQUE

Savoir
COMMUNIQUER
EFFICACEMENT

Être habile dans les
RELATIONS INTER-
PERSONNELLES

Savoir gérer
ses ÉMOTIONS

Savoir gérer
son STRESS

Avoir
CONSCIENCE DE SOI

Avoir
de L'EMPATHIE

Tristesse

Peur

Colère

Jolie

Golfs

Qualités

Entrées

Besoins

Déclaration Organisation Mondiale
de la Santé (OMS) 1993

«Les compétences psychosociales sont le capital
d'une personne à répondre avec efficacité aux
exigences et aux enjeux de la vie quotidienne.
C'est l'aptitude d'une personne à maintenir
un état de bien-être mental, en adoptant
un comportement approprié et positif
à l'égard des relations interpersonnelles
avec les autres, sa propre culture
et son environnement.»

